

学校給食で利用される調理加工食品について

○福永峰子・梅原頼子・武田恵実・山田芳子

1. はじめに

学校給食は、児童および生徒の心身の健康な発達に重要な役割を担っている。私達は昨年の教員研究発表会において、S市の学校給食における食品の種類と栄養摂取量について調べ、調理加工食品の利用が多いことや鉄とビタミンCの摂取量が不足傾向にあったことを発表した。

そこで今回は、調理加工食品の利用について、1年間の平均摂取栄養量における調理加工食品の利用割合と栄養バランスおよび料理の組合せ別にみた調理加工食品の占める割合などを検討したので報告する。

2. 方法

S市教育委員会の学校給食担当栄養士の協力のもと、S市内の小学校で実施されている学校給食の平成9年度の献立表を調査資料とした。

3. 結果

結果は下記に示すとおりであった。

- ① 所要栄養量の基準を充たしていない栄養素は、鉄（85.1%）、ビタミンC（62.9%）であった。
- ② 平均栄養摂取量に占める調理加工食品栄養量の割合は、ビタミンC（43.9%）、ビタミンB₁（36.8%）、ビタミンB₂（32.0%）、脂質（19.8%）、エネルギー（16.8%）、鉄（16.8%）、ビタミンA（16.2%）、たんぱく質（16.0%）、カルシウム（14.3%）であった。
- ③ 栄養バランス（P：F：C比率）では、平均摂取栄養量が15.6：31.0：53.4、調理加工食品が15.0：37.3：47.7であった。
- ④ 料理の組合せ別にみた調理加工食品の占める延べ食品数は、主食34、主菜16、副菜63、デザート19であった。最も多かった調理加工食品名（回数）は、主食がハンバーガー類（9）、いりこなめし（6）など、主菜がさばの味噌煮（4）、ハンバーグ類（3）など、副菜がコロッケ類（7）、シュウマイ類（5）など、デザートがゼリー類（6）、プリン（3）などであった。

4. おわりに

以上のことから、新鮮な野菜や果物の利用を心がけ、不足傾向にある鉄やビタミンCの補給につとめる必要性を感じた。